

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Lanjut usia (lansia) adalah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas (Data Statistik Indonesia, 2010). Perkembangan penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia dari tahun ke tahun jumlahnya cenderung meningkat. Kantor Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat (KESRA) melaporkan, jika tahun 1980 usia harapan hidup (UHH) 52,2 tahun dan jumlah lansia 7.998.543 orang (5,54%) maka pada tahun 2006 menjadi 19 juta orang (8,90%) dan UHH juga meningkat (66,2 tahun). Pada tahun 2010 penduduk lansia mencapai 23,9 juta atau 9,77% dan UHH sekitar 67,4 tahun. Sepuluh tahun kemudian atau pada tahun 2020 perkiraan penduduk lansia di Indonesia mencapai 28,8 juta atau 11,34% dengan UHH sekitar 71,1 tahun (Nugroho, 2000).

Menurut Darmojo (2009) dalam Wulandari (2011) Usia lanjut sangat berkaitan dengan berbagai perubahan akibat proses menua seperti perubahan anatomi/fisiologi dan berbagai penyakit atau keadaan patologik sebagai akibat penuaan. Salah satu perubahan fisik yang terjadi pada lansia adalah meningkatnya tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang hampir diderita sekitar 25% penduduk dunia dewasa (Adrogué & Madias, 2007).

Penyakit hipertensi juga merupakan penyakit kelainan jantung yang ditandai oleh meningkatnya tekanan darah dalam tubuh (Rusdi dan Nurlaena Isnawati, 2009). Menurut Sani (2008) dalam Widyastuti (2014) Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari seluruh kalangan masyarakat. Dampak yang ditimbulkan baik jangka pendek maupun jangka panjang membutuhkan penanggulangan yang menyeluruh dan terpadu. Hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) yang tinggi.

Data WHO (2000) menunjukkan bahwa sekitar 972 juta (26,4%) penduduk dunia menderita hipertensi dan angka tersebut kemungkinan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Dari 972 juta penderita hipertensi, 333 juta berada di negara maju sedangkan 639 juta sisanya berada di negara berkembang. Di Indonesia, pada tahun 2007, prevalensi hipertensi di daerah urban dan rural berkisar antara 17-21%, tetapi data secara nasional belum lengkap (Misbach, 2007).

Jika kesehatan lansia tidak ditangani dengan baik, akan menyebabkan penurunan fungsi fisik dan fisiologis sehingga terjadi kerusakan tubuh yang lebih parah, menimbulkan banyak komplikasi dan mempercepat kematian. Hipertensi pada lansia bila tidak segera diobati dapat menyebabkan gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal (Potter dan Perry, 2005).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hipertensi pada lansia sehingga pemulihan gejala dan pencegahan dapat segera diatasi yaitu dengan melakukan pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender. Minyak

esensial lavender paling umum digunakan untuk pijat karena kandungan aldehid yang bersifat iritatif bagi kulit hanya 2% serta tidak bersifat toksik. Kandungan ester pada bunga lavender bekerja dengan lembut di kulit dan memberikan efek menenangkan (Koensoemardiyah, 2009 dalam Widyastuti, 2014). Aroma bunga lavender dari minyak esensial lavender yang dihirup akan memberikan rasa nyaman dan dapat mengurangi ketegangan pada pasien saat dilakukan terapi pijat.

Memijat otot-otot besar yang berdaging pada area tungkai dan kaki bagian belakang dapat memperlancar sirkulasi darah dan saluran getah bening (Aslani, 2003). Salah satu gerakan pemijatan yaitu *effleurage* yang dilakukan pada area kaki dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer, dan efeknya memperlancar aliran darah balik dari area ekstremitas bawah menuju ke jantung (Turner, 2005 dalam Widyastuti, 2014).

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) tentang pengaruh *massage* ekstremitas dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di kelurahan Grendeng Purwokerto, dilakukan dengan frekuensi 3 kali seminggu selama 2 minggu dan memperoleh hasil adanya pengaruh yang signifikan pada tekanan sistolik dengan nilai $p=0,000$ dan untuk tekanan diastolik dengan nilai $p=0,005$. Dan yang membedakan dengan penelitian ini terdapat pada variabel bebasnya yaitu pijat tungkai dan kaki.

Dan menurut penelitian yang dilakukan Kristanti (2010) menyatakan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan derajat

kecemasan pada lansia di Panti Wredha St. Yoseph Kediri dengan hasil signifikansi 0,00.

Berdasarkan latar belakang diatas dan penelitian tentang pemijatan tungkai dan kaki terhadap penurunan tekanan darah belum pernah dilakukan maka peneliti akan melakukan penelitian tentang pengaruh pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang disampaikan, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut: “Adakah pengaruh pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer?”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menambah informasi tentang pengaruh pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer, menambah pengetahuan dan wawasan tentang metode dan penanganan problematika pada penderita hipertensi bagi kalangan Fisioterapi, medis, dan masyarakat.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemijatan tungkai dan kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer
- b. Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu kesehatan khususnya ilmu fisioterapi untuk mengetahui pengaruh pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

2. Manfaat Praktis

Memberikan dan menambah informasi pada kalangan fisioterapi dan medis tentang pengaruh pemijatan tungkai dan kaki dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.